Vidal-Boiron Louis TB
Date : 06/05/2024

Sujet de dissertation : Dépend-il de nous d'être heureux ? Pour le 6 mai 2024.

Par quels moyens d'être heureux ? Ces questionnements restent sans réponses définitives. Comme on serait heureux si on gagnait au loto ! Mais nous n'avons qu'une chance sur dix millions d'avoir les bons numéros. Autant dire qu'il est très improbable d'atteindre ce bonheur-là. Comment devenir libres et heureux ? Faut-il pour cela s’efforcer par tous les moyens de nous rendre la fortune favorable ? Ou bien faut-il au contraire, commencer par avouer que certaines choses ne dépendent pas de nous ? Il est donc impératif d'essayer de comprendre ce qu'est le bonheur pour répondre à la question.

Il ne faut pas ce qui relève du bonheur et ce qui relève du plaisir ou de la joie. Le plaisir est fugace. Il n’apporte pas le bonheur. Son poids dans notre vie est limité et il conduit, lorsque ses effets sont terminés à courir derrière d’autre plaisirs. Cette course permanente n’apporte généralement que frustration et sensation de vide. Le Manuel d'Épictète s'ouvre sur une distinction extrêmement simple mais fondamentale : ce qui dépend de nous en toutes circonstances, ce sont nos pensées ; sur tout le reste, nous n'avons aucune prise. Cela signifie que nous devons apprendre à détacher nos pensées des événements extérieurs, auxquels nous avons tendance à accorder trop d'importance. En effet, les hommes imaginent communément qu'ils seront heureux si les événements sont conformes à leurs désirs. Et pour ce faire, ils sont prêts à déployer des efforts de jour comme de nuit. Mais la fortune peut nous être contraire et nous priver de toute ce à quoi nous accordons de l'importance : la santé, la richesse, l'opinion des autres, les honneurs ne sont jamais entièrement sujets à notre contrôle. En poursuivant ces faux biens, les hommes se rendent « esclaves » de ce qui ne dépend pas d'eux ; ils sont en proie aux faux espoirs et aux craintes les plus folles.

Le bonheur est un état permanent, issu d’une réflexion

sur la vie, d’une orientation donnée à sa vie. On peut dire dans ce sens que le bonheur se mérite. Il est le fruit d’un travail sur soi pour atteindre l’estime de soi et devenir un être vertueux. Les hommes se rendent malheureux et gémissent lamentablement sur leur sort, alors qu'ils en sont les premiers responsables. Le sage stoïcien, au contraire, a compris que le bonheur réside dans l' « ataraxie » ou tranquillité de l'âme : c'est pourquoi il s'exerce à accepter les événements extérieurs tels qu'ils se produisent, sans chercher à les infléchir, et à maîtriser au contraire ses propres réactions : c'est dans l'absence de passions que réside le secret du bonheur. D'après Aristote : « Le bonheur consiste dans la vie heureuse, et la vie heureuse, c’est la vie vertueuse ». Pour Descartes également, l’homme méchant ne peut accéder au bonheur. Le bonheur est le résultat d’un travail sur soi, d’une réflexion sur le monde qui nous entoure et de l’acquisition des connaissances. C’est un travail de chaque individu qui se situe dans le temps long, parfois le temps de toute une vie. Socrate : « le bonheur , c’est le plaisir sans remord »

Il faut donc savoir relativiser le plaisir qu’offre la société de consommation dans laquelle nous vivons. Sommes-nous plus heureux quand nos placards sont pleins d’objets inutiles, oubliés dès que nous les possédons ? Sommes-nous heureux quand nous réfléchissons à leur provenance ? Pouvons-nous ignorer que la plupart du temps, ces plaisirs que nous nous offrons sont le fruit du malheur d’autres, de pollution, de destruction de vies et d’environnement ? Ces facteurs externes doivent favoriser la prise de conscience de soi. En effet, on comprend que pour résister à la pression extérieure, il faut être capable de s’éloigner de certains comportements. Bien sûr, il n’est pas question de vivre en ermite, mais de savoir dire non aux exigences parfois imposées par la société et qui ne sont pas compatibles avec l’estime que l’on veut avoir de soi et donc avec notre recherche du bonheur. « Ce qui trouble les hommes, ce ne sont pas les événements, mais l'idée qu'ils se font des événements » : l'importance n'est pas ce qui nous arrive, car cela ne dépend pas de nous, mais la manière dont nous l'interprétons. Rien n'est en soi un mal pour qui reste maître de ses pensées.

Il est impératif de conserver notre capacité à remettre en cause certains fonctionnements, à cultiver la force de résister à ce qui nous est présenté comme les symboles du bonheur et qui en fait ne sont que des entraves destinées à nous rendre dépendants d’un système.

Épictète : « le bonheur ne consiste pas à acquérir ou à jouir mais à ne rien désirer car il consiste à être libre ». La liberté, ainsi que la connaissance qui donne les moyens d’y accéder, sont donc les éléments essentiels du bonheur. Il faut comprendre et adapter librement son comportement dans un environnement qui souhaite tout normaliser, et qui cherche à casser la volonté individuelle. Il faut donc, pour tenter d’accéder au bonheur, mépriser, même si cela est difficile, les sollicitations qui ne permettent pas d’atteindre la vertu, qui seule peut rendre l’homme serein et confiant. Pour Saint-Exupéry : « Si tu veux comprendre le mot bonheur, il faut l’entendre comme une récompense et non comme un but. » De la même façon, Confusus nous dit : « Tous les hommes pensent que le bonheur est au sommet de la montagne alors qu'ils résident dans la façon de l'aggravir. »

Ainsi, il est difficile d’accéder au bonheur, Le travail sur soi est indispensable et long. Il peut amener à des renoncements parfois douloureux, à la manière des sportifs qui souffrent dans leur corps avant d’atteindre l’exploit. Mais les progrès qu’ils constatent chaque jour les portent vers l’avenir.
« il n’y a point de bonheur sans courage ni de vertu sans combat. » Cette phrase résume à elle seule le sujet si difficile qui consiste à réfléchir sur la recherche du bonheur